

# PREVENÇÃO À DEPENDÊNCIA QUÍMICA

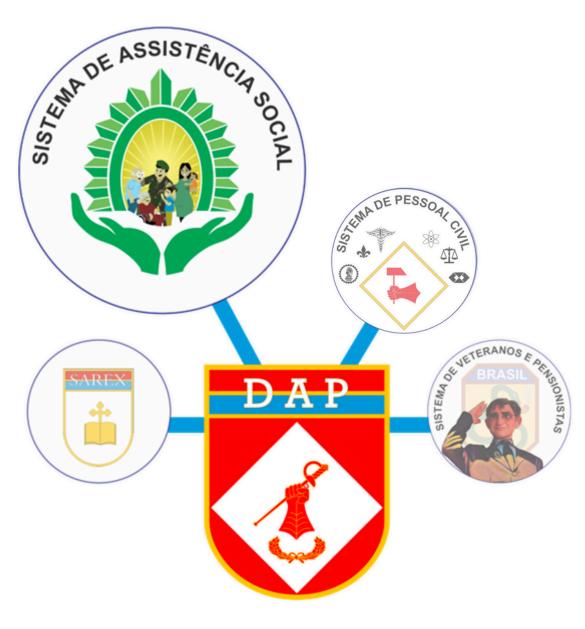




# CADERNO DE ORIENTAÇÃO

**DAP-05.003** 

# PREVENÇÃO AO USO ABUSIVO DE ÁLCOOL E OUTRAS DROGAS



1ª Edição 2023



# PREVENÇÃO À DEPENDÊNCIA QUÍMICA



#### INTRODUÇÃO

O uso abusivo de álcool e o uso de drogas ilícitas representam um grave risco à saúde. O abuso no uso de substâncias entorpecentes altera o nível de consciência, amplia as vulnerabilidades da pessoa e leva à práticas e comportamentos de risco para si e para outrem. A atividade militar é incompatível com o uso de drogas devido ao seu risco imanente e à responsabilidade que cada integrante do Exército possui perante à sociedade, a quem jurou defender com o sacrifício da própria vida.

A Diretoria de Assistência ao Pessoal (DAP) e a 1ª Região Militar elaboraram o presente caderno de orientação visando coordenar os esforços de prevenção ao uso abusivo de álcool e outras drogas. O enfoque principal deste eixo de atuação socioassistencial está na identificação de comportamentos de risco e na valorização de hábitos saudáveis como ferramentas de enfrentamento. Para tanto, este caderno apresenta ações que devem ser implementadas em diversos escalões, com ênfase na informação, na capacitação e na multiplicação de conhecimentos.

Dentre as ações a serem realizadas prioriza-se a prevenção do uso indevido de substâncias psicoativas por meio da sensibilização e conscientização sobre o tema e da capacitação de pessoal. Os casos de dependência química devem ser identificados e acompanhados, evitando que o quadro configure como fator de risco para a violência doméstica, o endividamento, a saúde mental e o suicídio, impactando negativamente na Família Militar.



#### **FINALIDADE**

O presente Caderno de Orientação visa subsidiar a execução de ações em diversos níveis, apresentando uma série de atividades e produtos com vistas a colaborar com a redução dos fatores de risco associados ao uso abusivo de drogas licitas e ilícitas e a consequente dependência química.

#### **OBJETIVO GERAL**

Apresentar ferramentas capazes de auxiliar na identificação de comportamentos que sinalizem o uso abusivo de álcool e outras drogas e conscientizar sobre a importância na adoção de hábitos saudáveis como ferramentas de enfrentamento, destacando a incompatibilidade do uso de substâncias entorpecentes com a profissão militar.

#### **OBJETIVOS ESPECÍFICOS**

Divulgar material informativo de sensibilização e conscientização sobre prevenção ao uso abusivo de álcool e outras drogas.

b. Capacitar os elementos de ligação do SASEx para atuarem como multiplicadores de conhecimentos sobre prevenção ao uso abusivo de álcool e outras drogas.



## PLANO DE AÇÕES DE EXECUÇÃO

#### a. Divulgar material informativo de sensibilização e conscientização sobre prevenção ao uso abusivo de álcool e outras drogas

#### 1) DAP

- a) Disponibilizar material informativo digital da campanha "Seja dono do seu limite" para sensibilização e conscientização sobre prevenção ao uso abusivo de álcool (ANEXO A).
- b) Disponibilizar a chamada da campanha "Seja dono do seu limite" (ANEXO B).

#### 2) SAS R e SAS Gu

- a) Repostar material informativo da campanha "Seja dono do seu limite" para sensibilização e conscientização sobre prevenção ao uso abusivo de álcool, destacando, no nível regional, os mecanismos de busca de ajuda disponíveis (ANEXO A).
- b) Divulgar a campanha "Seja dono do seu limite" nas redes das OM de sua região (ANEXO B).
- c) Estabelecer ligações técnicas com as OM para apoio às ações de prevenção ao uso abusivo de álcool e outras drogas.

#### 3) OM

- Por intermédio do Adjunto de Comando ou elemento de ligação do SASEx, repostar material informativo da campanha "seja dono do seu limite" para sensibilização e conscientização sobre prevenção ao uso abusivo de álcool, destacando, no nível local, os mecanismos de busca de ajuda disponíveis (ANEXO A).

# b. Capacitar os elementos de ligação do SASEx para atuarem como multiplicadores de conhecimentos sobre prevenção ao uso abusivo de álcool e outras drogas

#### 1) DAP

- a) Disponibilizar a capacitação "Assuma o comando de si mesmo" a ser ministrada pelos Adjunto de Comando ou elementos de ligação do SASEx nas OM (ANEXO C).
- b) Disponibilizar a chamada da capacitação "Assuma o comando de si mesmo" (ANEXO D).



#### 2) SAS R e SAS Gu

- Repostar a chamada da capacitação "Assuma o comando de si mesmo", a ser ministrada pelos Adjunto de Comando ou elementos de ligação do SASEx nas OM (ANEXO D).

#### 3) OM

- Realizar a capacitação "Assuma o comando de si mesmo" a ser ministrada pelos Adjunto de Comando ou elementos de ligação do SASEx.

## c. Orientar os integrantes das Comissões de Seleção para identificação de casos de uso abusivo de álcool e outras drogas

#### 1) SAS R e SAS GU

- Ficar em condições de orientar as Seções de Serviço Militar Regional sobre a identificação do uso de drogas.

#### 2) OM

- Designar militares das Comissões de Seleção a receberem orientações sobre a identificação do uso de drogas.



#### **ANEXO A**

Material informativo digital da campanha "Seja dono do seu limite" (consulte regularmente o site www.dap.eb.mil.br para acessar novos produtos)

















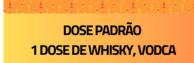




LIM TE









45 ml 40% de álcool

350 ml 5% de álcool

LIM TE





LIM TE

DOSE PADRÃO

**1 LATA DE CERVEJA** 





#### A DOSE PADRÃO DE UMA **BEBIDA EQUIVALE A**

LIM TE

14 g DE ÁLCOOL PURO

LIM TE











sas@dap.eb.mil.br

www.dap.eb.mil.br





sas@dap.eb.mil.br

www.dap.eb.mil.br









Tel: +55(61) 3415-6629 sa

sas@dap.eb.mil.br

www.dap.eb.mil.br





Tel: +55(61) 3415-6629 sas@dap.eb.mil.br



# COMO REDUZIR O ÁLCOOL









Quando beber, não beba mais que uma dose padrão por hora



para a próxima dose





Beba algo sem álcool entre as doses de bebida















#### **ANEXO B**

Chamada padronizada da campanha "Seja dono do seu limite"





## ANEXO C

Capacitação "Assuma o comando de si mesmo"





#### **ANEXO D**

Chamada padronizada da Capacitação "Assuma o controle de si mesmo"



## **ANOTAÇÕES**







